



## 심장마비의 징후

허리케인과 같은 큰 규모의 폭풍 및 기타 긴급 상황들은 높은 스트레스로 이어질 수 있습니다. 특히 격렬한 신체 활동을 하는 분들에게는 더욱 그렇습니다. 따라서 심장마비의 징후를 알고 있는 것이 중요합니다.

심장마비는 일부의 경우 갑작스럽고 극심하지만, 많은 경우 가벼운 통증이나 불쾌감과 함께 천천히 시작합니다. 만약 여러분이나 여러분이 아는 사람이 흉부 불쾌감이 있고, 특히 그 증상이 심장마비의 다른 징후 중 하나나 그 이상과 같이 나타나는 경우 바로 911로 전화하십시오.

### 심장마비의 징후는 다음과 같습니다:

- **흉부 불쾌감.** 대부분 심장마비는 가슴 가운데의 불쾌감이 몇 분 이상 지속하거나, 없어졌다가 돌아오는 것을 포함하고 있습니다. 이것은 불편한 압박감, 쥐어짜는 느낌, 찢는 느낌, 통증처럼 느껴질 수 있습니다.
- **상반신 다른 부분의 불쾌감.** 증상은 한쪽 팔 또는 양팔, 허리, 목, 턱, 또는 복부 통증 또는 불쾌감을 포함할 수 있습니다.
- **숨 가쁨.** 흉부 불쾌감이 오기 전, 또는 흉부 불쾌감의 유무와 관계없이 올 수 있습니다.
- **다른 징후들.** 식은 땀, 매스껍거나 현기증.

### 무엇을 해야 합니까?

- 만약 여러분이나 주위의 다른 사람이 이러한 징후 중 하나 아니면 그 이상을 호소한다면, 무시하지 마십시오.
- 즉시 의료 도움을 받을 수 있도록 911로 전화합니다. 기다리지 말고, 즉시 전화하십시오.
- 911로 전화하는 것은 인명구조 치료를 받을 수 있는 거의 항상 가장 빠른 방법입니다. 응급의료전문가는 도착 후 바로 치료를 시작할 수 있습니다 - 자동차로 병원에 가는 경우보다 최대한 시간 빠를 수 있습니다. 또한, 응급의료 전문가는 심장이 멈춘 사람의 생명을 구하는 조치를 시작할 수도 있습니다.

### 미리 계획하십시오.

- 심장 마비 징후들을 숙지하십시오.
- 의료 제공자와 함께 여러분의 심장마비 위험과 이를 줄이기 위해 무엇을 해야 하는지 상담해 보십시오.
- 가족, 친구 및 동료와 함께 그 징후와 911에 전화하는 것에 관해 이야기해 보십시오.

자세한 내용은 지역 보건국에 문의하시거나 [www.dhmv.maryland.gov](http://www.dhmv.maryland.gov) 를 방문해 주십시오.